

圣灵的丰满 — 充满

8 7 8 7 副 (英 267)

G 大调 6/4

G D G D G D
3-3 2-1 | 5-6 1-2 | 3-4 5-6 | 5-3 2--- |

一 何等荣耀,何等福气,真理圣灵在我心,
见证救主,启示真理,光照、安慰并指引。

G D G G D7 G
3-3 2-1 | 5-6 1-2 | 3-4 5-3 | 2-1 1--- |

D 2-2 5--- | G 3-3 5--- | C G D
6-6 5-3 | 5-3 2--- |

(副) 充满我! 充满我! 愿主圣灵充满我;

G D G D G D7 G
3-3 2-1 | 5-6 1-2 | 3-4 5-3 | 2-1 1--- ||

将我倒空,将我剥夺,愿主圣灵充满我。

二 愿主所说在我证实, 生命圣灵将我释,
使我脱离罪律辖制, 脱离死亡的权势。

三 我如困鹿切慕溪水, 深愿圣灵解我渴,
使我尝到丰满滋味, 流出活水的江河。

四 愿我自己被置死地, 使我充满主圣灵;
愿我全人归主管理, 使我变成主荣形。

圣灵的丰满 — 气

8 7 8 7 副 (英 255)

降B大调 3/4

B^b F⁷ B^b
5 5 | 5·3 1 6 | 5 3 3 3 | 4·2 5 4 | 3 -

一 主,求你向我吹圣灵,教我如何吸入你;
助我向你胸怀一倾我的犯罪与自己。

B^b Gm E^b B^b F⁷ B^b
5 1 | 3·2 1 7 | 7 6 1 6 | 5 1 2 7 | 1 -

(副) 我是呼出我的愁苦, 呼出我罪污;
我是吸入,一直吸入, 你所有丰富。

F⁷ B^b E^b F⁷ C⁷ B^b
5 5 | 2·2 1 2 | 3 1 - | 4·3 2 6 | 2 -

F B^b E^b F⁷ B^b
5 5 | 1·2 3 1 | 1 6 - | 5·4 3 2 | 1 - ||

二 我是呼出我的生命, 我才可能被充满;
放弃软弱或是力劲, 吸入怜悯和恩湛。

三 呼出我的罪律桎梏, 你已为我全除摒;
吸入你的圣洁丰富, 发现惟你是生命。

四 我正呼出我的忧愁 在你慈爱的胸臆;
吸入你的喜乐、保守, 吸入你的甜安息。

五 我正呼出我的病势, 你早已为我负担;
我正吸入你的医治, 因你早已赐平安。

六 我今呼出我的羡慕, 入你慈爱的耳中;
我今吸入你的答复, 平静疑惑和惊恐。

七 我今每刻都在呼吸 你的生命作生命;
一呼一吸都在乎你, 求你由我来显明。

第八课 认识圣灵与被灵充满

- 太二八 19 所以你们要去，使万民作我的门徒，将他们浸入父、子、圣灵的名里。
- 约十四 17 实际的灵，…祂与你们同住，且要在你们里面。
- 创一 2 而地变为荒废空虚，渊面黑暗。神的灵覆盖在水面上。
- 代下二十 14 那时，耶和华的灵在会中临到利未人亚萨的子孙，玛探雅的玄孙，耶利的曾孙，比拿雅的儿子，撒迦利雅的儿子雅哈悉；
- 路一 35 天使回答说，圣灵要临到你身上，至高者的能力要覆庇你，因此所要生的圣者，必称为神的儿子。
- 徒十六 7 到了每西亚的边界，他们试着要往庇推尼去，耶稣的灵却不许，
- 罗八 9 但神的灵若住在你们里面，你们就不在肉体里，乃在灵里了；然而人若没有基督的灵，就不是属基督的。
- 腓一 19 这事借着你们的祈求，和耶稣基督之灵全备的供应，终必叫我得救。
- 约七 37~39 节期的末日，就是最大之日，耶稣站着高声说，人若渴了，可以到我这里来喝。信入我的人，就如经上所说，从他腹中要流出活水的江河来。耶稣这话是指着信入祂的人将要受的那灵说的；那时还没有那灵，因为耶稣尚未得着荣耀。
- 林前十五 45 经上也是这样记着：「首先的人亚当成了活的魂；」末后的亚当成了赐生命的灵。
- 徒一 8 但圣灵降临在你们身上，你们就必得着能力，并要在耶路撒冷、犹太全地、撒玛利亚，直到地极，作我的见证人。
- 约壹一 5 神就是光，在祂里面毫无黑暗；这是我们从祂所听见，现在又报给你们的信息。
- 徒四 31 祈求完了，聚会的地方震动，他们就都被圣灵充溢，放胆讲说神的话。
- 弗五 18~20 不要醉酒，醉酒使人放荡，乃要在灵里被充满，用诗章、颂辞、灵歌，彼此对说，从心中向主歌唱、颂咏，凡事要在我们主耶稣基督的名里，时常感谢神与父。

壹 认识圣灵的所是：

- 一 圣灵是神圣三一-的第三者，是三一神的终极完成—太二八 19。

二 父神是源头，子神是流出，圣灵是三一神对信徒的临及与进入—林后十三 14。

三 圣灵的称呼：

- 1 在旧约时代：「神的灵」、「耶和华的灵」。—创一 2，代下二十 14。
- 2 在新约时代：「圣灵」、「耶稣的灵」、「基督的灵」、「耶稣基督的灵」、「生命的灵」、「赐生命的灵」、「那灵，the Spirit」—路一 35，徒十六 7，罗八 9，腓一 19，罗八 2，林前十五 45，约七 39。
- 3 那灵乃是经过前面祂所是的种种而成的，所以是包罗万有、终极完成的灵，作三一神的终极完成，以临及并进入信入基督的人—约七 39。

贰 经历圣灵的充满：

- 一 我们一信主，就得着圣灵—徒一 8，约十四 17。
- 二 我们需要天天彻底的祷告并认罪，让圣灵充满我们里面的每一部分—弗五 18~20，徒十三 52。
- 三 操练呼求主、说主，而被圣灵充满—罗十二 13，林前十二 3，西三 16。

祷读经节

约二十 22

说了这话，就向他们吹入一口气，说，你们受圣灵。

晨兴喂养

了解灵最好的路是举例说明。想想你四周的空气。空气到处都是，便利可得。…圣经将灵比做空气。事实上，「灵」的希腊原文是纽玛（pneuma），可翻译作「气息」或「风」。在主复活的晚上，祂来到门徒中间，作了一件非常奇特的事。祂向他们吹了一口气，说：「你们受圣灵。」（约二十 22。）祂向门徒吹的那一口圣气，正是在复活中成为赐生命之灵的主自己。

当基督活在地上时，祂对门徒不是尽然方便接近。祂在加利利，就不能在耶路撒冷。祂受时间空间的限制，因而不能所有的时间与所有的人同在。然而，基督复活后成了灵。祂是那灵，所以随时可与所有的门徒同在。这就是为什么在复活后，祂能说祂要与门徒同在，「直到这世代的终结」。（太二八 20。）今天，我们的基督不受时间和空间的限制。祂能住在一切相信祂之人的里面。

没有一件事比呼吸更简单。一个人可以不懂高深的理论，但只要他是人，就会呼吸。呼吸是最普遍的本能；任何一种生物都能呼吸。基督使祂自己变得如此方便，叫任何人都可以接受并经历祂。

人好比橡皮轮胎，那灵好比空气。许多人过着一种「瘪胎」的生活；他们瘪气的拖曳在人生的旅途上。我们所需要的是属天的气——赐生命之灵的基督。我们有了祂，行驰就平顺畅快，全人充满属天的气！

那灵又可比喻作电。现代文明社会，几乎家家户户都安装电。我们需要电来驱动电扇、时钟、冰箱、电话、电铃、电视、以及其他多种家电用品。若没有电，我们的生活就濒于停摆。虽然电这么方便，电的源头却在遥远的水力发电厂。神就像河流上游的巨大电厂，满有大能。为了让这大能应用到我们身上，就需要电线传送电流给我们。成为肉体的基督，成了一个人，带着祂的人性，如同电

线一般；祂从父神那里来，在我们人的光景中，将神带给我们。复活的基督化身为赐生命的灵，如同电流从发电厂，将强大的电力传送到我们的家里。电流将电力转化为声、光、热、和其他家居生活中有用的形态。同样，那灵也如同属天的电流，将神一切的所是应用到我们身上。借着那灵，我们得着爱、光、真理、生命、喜乐、能力，和神一切的属性。我们里面若没有那灵，我们的生命就弥漫着黑暗、软弱和窒息。但是那灵将三一神应用到我们身上，就叫我们的生命充实，满了意义。

许多人以为，作基督徒不过是改良行为或变得虔诚。他们甚至盖大教堂来敬拜神。然而，最需要的事不是外面的良善或虔诚。若有人只清理电灯或装饰电视机，而不接上电源，那他是傻瓜。最重要的，乃是把电器接上电源。人需要的，不是更大的建筑，更神圣的宗教仪式；这些东西不能给人内里的能力。人所需要的乃是那灵，因为那灵是神自己在人身上的应用。

当人相信主耶稣，那灵就进到他里面，并活在他里面。提后四章二十二节说，主耶稣基督与我们的灵同在。我们无须到天上去找神，也不必在地上朝圣接触神。现今最神圣的地方，就在我们的灵里。房子安装了电之后，人所要做的，乃是打开开关。今天，在宇宙中，灵已经「安装」完成——基督已经完成了一切的工作；并且成了赐生命的灵，现今无所不在。当我们呼求主名，我们的灵就「打开开关」，我们就能经历神一切的所是。

我们可以再用另一个例子来解释灵的奥秘。有一个夏天，我从市场上买了一个西瓜。这个西瓜很大。为了把它带回家，我流了满身大汗。我的目的是要吃西瓜，消化西瓜。为了这个目的，首先，我必须先把西瓜切成片。为要更容易吸收西瓜，我再把西瓜切片压成西瓜汁。大西瓜借着变成西瓜汁，成了我的享受。神本来在天上；祂可比喻作这个大的，未切开的西瓜。有一天，祂成为一个人，钉在十字架上。借着祂的钉死，祂被「切片」了。但整个过程并未停在这里；祂死后复活，改变形状，成为灵的形态。这就像将西瓜切片压成西瓜汁。那灵如同西瓜里的汁液。经过这个过程，神对我们就非常便利了。今天，我们敬拜的神不是「未切开」的神；祂是一位「经过过程」的神。换言之，祂已经经过过程，成为赐生命的灵。

现今我们不须汗流浹背来接触祂，因祂对我们已是如此可享，如此便利。

约翰福音记载，在一个最大宗教节期的末日，基督站着高声说，人若渴了，可以到祂这里来喝。然后基督说：「信入我的人，就如经上所说，从他腹中要流出活水的江河来。」(七 37~38。)基督这话是指着那灵说的。他们在最大宗教节期的末日还会干渴，这是一件希奇的事。事实上，外面宗教的仪式不能满足人里面的干渴。我们越遵守宗教礼仪，就越干渴。我们的需要，乃是喝活水。在这里，那灵被比喻作「活水的江河」。基督说这话时还没有活水，因为祂尚未经过死和复活的过程。但祂死而复活之后，这过程就完成了。那灵的活水现今就在这里，我们可以白白的畅饮。这活水完全解了我们里面的干渴。(基督是灵和生命，三至九页。)

灵感与享受：

第八周·第二天

祷读经节

林前十五 45 下 ...末后的亚当成了赐生命的灵。

晨兴喂养

神的儿子耶稣基督，是神的具体化身，二千年前来到人间。圣经说：「神格一切的丰满，都有形有体的居住在基督里面。」(西二 9。)祂是完整的神，又是完全的人。祂比好人、伟人、圣人更高超；祂乃是神人。

神为着祂所拣选的人，竟成了时间有限的人。首先，祂成了肉身，降世为人，名叫耶稣，祂活出完全、无罪的生活；然后死在十字架上，以拯救罪人；接着祂又从死里复活，在复活里改变形状，从肉体变成那灵。那灵就是赐生命的灵。(林前十五 45。)

天上的父神是人无法接近的，所以祂在子耶稣基督里成为人，住在人中间；但因子神是在人之血肉的样式里，仍无法进入人里面。所以借着子的死与复活，祂的形体从物质的变为属灵的。基督作为那灵，意即成为人能吸入之属灵的气，就得以进入人里面。这样，完整的三一神—父、子、灵，就临到了人。

现代人几乎家家户户都用电。虽然电的来源可能在远方的发电厂，电却能借着电线或电缆，临及每一个家庭。子基督就是属天的电线，从父神这神圣的发电厂而来，带给我们这属天电流的供应和能力。电流如何是行动的电，照样，神的灵也如何是神自己对人的流动并临及。换言之，那灵将神自己传输给我们，乃是三一神的「流」，给我们应用。(人生的意义，水流职事站网站下载。)

灵感与享受：

祷读经节

路一 35

天使回答说，圣灵要临到你身上，至高者的能力要覆庇你，因此所要生的圣者，必称为神的儿子。

腓一 19

因为我知道，这事借着你们的祈求，和耶稣基督之灵全备的供应，终必叫我得救。

晨兴喂养

一 神的灵—在神创造宇宙的事上

旧约里的每一个故事都与神有关系。第一个故事说到神创造诸天、地和万物，并且说到祂创造人。在这故事里，提到神的灵。创世记一章一节说：「起初神创造天地」。下一节接着说：「神的灵覆翼在水面上」。因此，我们看见在神创造宇宙的事上，那灵乃是神的灵。

二 耶和华的灵—在神临及人并眷顾人的事上

神在创造之后，就开始在人身上作工。神在人身上作工时，祂的名是耶和華。在神临及人并眷顾人的事上，乃是耶和華的灵。(士三 10，六 34，创六 3 上。)
「耶和華」简单的意思就是「我是」。神曾是，神现在是，神也将永远是；祂是那伟大的我是。

神告诉摩西，祂的名是「我是那我是」。(出三 14，直译。) 这意思乃是：「我总是那该有之事物。」如果需要光，祂就是光。如果需要生命，祂就是生命。祂是一切。主耶稣亲自告诉我们，祂的名是「我是」。(约八 58。)
「我是」这名的意思是，那位在人身上作工者，乃是人的一切。祂眷顾人并临及人。这是在临及人并眷顾人之事上的「耶和華」。

新约时代：

(一) 「圣灵」(路一 35) 一有分于基督的成肉体，将人圣别归神。

新约用于那灵的第一个神圣名称乃是「圣灵」。

1. 在施浸者约翰成孕，为要引进神在成为肉体里成为人的事上

「圣灵」最先乃是用于施浸者约翰。这名称用于施浸者约翰的成孕，为要引进神在成为肉体里成为人。(路一 13~17。) 路加一章十五节论到施浸者约翰说：「他…从母腹里就被圣灵充溢了。」替救主的来临预备道路，需要祂的先锋施浸者约翰从母腹里就被圣灵充溢，使他能将百姓从神以外一切的事物中，分别归神，叫他们为着神的定旨，圣别归神。

2. 在耶稣成孕，在神成为肉体来作肉体里之人的事上

新约的开始，记载了两个成孕。一个是施浸者约翰的成孕，另一个是主耶稣的成孕，就是神成为肉体来作肉体里的人。(路一 30~36，太一 18~20。) 对这两个成孕，新约都用了「圣灵」这个特别的名称。新约用「圣灵」这辞，是由于时代的转变。为了使神成为人，好叫人能成为神，就需要圣灵。旧约是表号和预表的时代，而新约是应验的时候，是实际的时代，在这时代中神借着从圣灵而生，进到人性里成为人。(太一 18，20。)

(二) 「耶稣的灵」(徒十六 7) 一有分于耶稣的降生、生活并受苦。

在徒十六章七节说到「…耶稣的灵」。那灵的这个名称是说到在人性里的耶稣，祂经过了人性的生活，且死在十字架上。这指明在那灵里不仅有神的神圣元素，也有耶稣的人性元素，以及祂人性生活并祂受死的元素。

(三) 「基督的灵」(罗八 9) 一有分于基督的复活与分赐生命。

「基督的灵」是说到在神性里的基督，祂征服了死，并成为在复活里的生命，有复活的能力，指明在那灵里有神性的元素，成了征服死并分赐生命的灵。(罗八 9 下。)

(四) 「耶稣基督的灵」(腓一 19) 一有分于耶稣的降生、生活并受死，以及基督的复活与分赐生命，有全备的供应，使信徒随事都得蒙拯救。

「耶稣基督的灵」是说到那灵，包含了耶稣人性同祂的死，并基督神性同祂的复活一切的元素，这成了追溯不尽之基督全备的供应，以扶持祂的信徒。(腓一 19 下。)

(五) 是「生命的灵」、「赐生命的灵」(罗八 2，林前十五 45) 一有分于基督作人的生命并赐人生命。

基督这位末后的亚当，借着复活并在复活里成了赐生命的灵，以进入信祂的人里面，如同活水的江河流出来。(林前十五 45 下，启二一 6，二二 17 下。) …在基督复活之前神就是灵，但不是赐生命的灵。在基督的死与复活之前，神无法进到里面作人的生命。在人与神之间有许多消极的事物成为障碍。按照我们在创世记所看见的预表，通往神这生命树的道路，因着神的荣耀、圣别和公义的要求，而被封闭了。在基督的死满足这些要求之前，堕落、犯罪、不洁的人完全不能取用生命树，接受神作生命。

希伯来十章启示，基督的死开了一条又新又活的路，使我们能进入至圣所，有分于神作生命树。(19~20。) 在祂的死里，祂满足了神荣耀、圣别和公义的一切要求；然后在复活里，祂改变形状成了赐生命的灵。这完全是为着神与人之间生机的联结—在祂的复活里将神带进人里面，并将人带进神里面。今天我们能吃生命树，并饮生命水，使三一神能从我们最深处如同活水的江河涌流出来。(那灵同我们的灵，一六至二四页。)

灵感与享受：

祷读经文
约七 39

耶稣这话是指着信入祂的人将要受的那灵说的；那时还没有那灵，因为耶稣尚未得着荣耀。

晨兴喂养

(六) 「那灵」(约七 39) 一那灵乃是圣灵经过前面所说，祂所是的种种而成的，所以是包罗万有，终极完成的灵，作三一神终极的表现，以临及并进入信入基督的人。

约翰福音七章三十九节说：「耶稣这话是指着信入祂的人将要受的那灵说的；那时还没有那灵，因为耶稣尚未得着荣耀。」…神的灵从起初就有了，(创一 1~2,) 但那灵，就是基督的灵，(罗八 9,) 耶稣基督的灵，(腓一 19,) 在主说这话时还没有，因为祂尚未得着荣耀。耶稣是在复活时得着荣耀的。(路二四 26。) 祂复活后，神的灵就成了那成为肉体、钉十字架、复活之耶稣基督的灵。基督在祂复活的晚上，已将这灵吹到门徒里面。(约二十 22。) …当这灵还是神的灵，祂只有神圣的元素；当祂借着基督成为肉体、钉十字架并复活，成了耶稣基督的灵，祂就兼有神圣与属人的元素，带着基督成为肉体、钉十字架和复活的一切素质和实际。因此，祂现今乃是包罗万有耶稣基督的灵，作了活水给我们接受。

我们已经看见，当耶稣复活时，祂就得了荣耀。在复活里，主成了赐生命的灵。(林前十五 45。) 末后的亚当，也就是在肉体中的基督，在复活里成了赐生命的灵。从此以后，耶稣基督之灵兼有神圣和属人的元素，包括基督成为肉体、钉十字架和复活的实际。…

我们可用一杯清水，加入许多别的成分作例证。清水经过一个阶段，把奶加进去；又经过几个阶段，分别加进蜂蜜、茶和盐，最终成了包罗一切的饮料。在清水经过这一切阶段以前，还没有这样美妙的饮料，虽然杯中已经有清水。现在，杯中有包罗一切的饮料。照样，主耶稣在七章三十九节和十四章十六至十七节所应许的灵，不是那只有神性作内容的灵，乃是有神性、人性、包罗万有的死、

复活和升天各种元素的灵。如今我们不单有神的灵，也有耶稣基督的灵。乃是这样一位包罗万有的灵，把生命水的河流赐给我们。

有时孩子需要吃药，智慧的妈妈会将药藏在饮料中。孩子喝了饮料，就吃了药。在包罗万有的灵里有药，这药就是今天在圣灵里基督那杀死的死。你越说：「哦，主耶稣，」你就越得着包罗万有的灵。几分钟后，你就会觉得那灵杀死你的脾气、骄傲、自私和其他的消极事物。你曾努力照罗马六章算自己是死的么？你若这样算过，就知道你越算自己死，你就越活。然而，在包罗万有的灵里有十字架的杀死。罗马六章所说的死，现今包含在罗马八章所启示的灵里。因此这包罗万有的灵，不断的将你放在十字架上，如罗马八章十三节所说的。基督的死那杀死的功效不仅仅在十字架上，因为若仅仅在十字架上，对我们就没有功效了。今天那杀死的功效是在耶稣基督的灵里。当这位灵在我们里面运行时，十字架杀死的功效就渗透我们这人，杀死我们里面一切消极的元素。不仅如此，在这包罗万有的饮料中还有滋养的成分。在这灵里有我们所需要的一切。（约翰福音生命读经，二四六至二四九。）

灵感与享受：

第八周·第五天

祷读经节
弗五 18

不要醉酒，醉酒使人放荡，乃要在灵里被充满。

晨兴喂养

人的灵比人的身体更重要，因此以弗所五章十八节说：「不要醉酒，醉酒使人放荡，乃要在灵里被充满。」醉酒是在身体里被充满；这里说，我们不该在身体里充满酒，乃该在灵里被充满。我们需要被基督充满，成为神一切的丰满。（一 23，三 19。）今天基督一切的丰富，就在赐生命的灵里；因此，在我们的灵里被充满，乃是被赐生命的灵充满。

我们如何能被（圣灵）充满？乃是借着彻底的祷告并认罪。…最宝贵的，还是你在百忙中，找出一段时间，个人跪到主面前去，有一个彻底认罪的祷告。开头你可以向主说：「主阿，赦免我，虽然我所有的罪你都赦免了；但得救到今天，我从来没有这么一次彻底的认罪，也从未这么彻底的对付。今天我愿意把我所有的罪，在你面前彻底的承认一次，把我所有的罪都承认出来。求你光照我！」

你祷告时，不要寻求感觉。你要信主的灵与你同在；你不必按着次序，只要照着你里面所觉得的，或照着你的记忆，一件一件的向主认罪，直到你再无可认，从感觉、记忆里都没有了。然后你应该相信，就在这时，你灵里已被三一神终极的完成（那灵）所充满。从你作基督徒开始，你就应当有一次这样彻底的认罪。在医学上，这相当于为着你的健康，更换你全身的血轮，以除净你身体里一切的细菌和污秽。你们每个人都需要这样在里面被圣灵充满。

圣灵在你里面有多少充满，在于你给祂有多少空间。你里面的空间越多，圣灵充满得就越多。如同空气充满瓶子有多少，在于瓶子的空间有多少；若是瓶子里有半瓶土，空气就只能充满一半的空间，但瓶子里的土倒出来越多，空气就越充满。照样，你越倒出你里面的罪污，越把里面的污秽清理掉，圣灵就越充满你；随倒随充满。等你把污秽全倒空了，你也就完全被圣灵充满了。

你不必寻求感觉，只要彻底认罪、祷告。认罪就是倒出你自己，祷告就是接受主。所以认罪加祷告，就是一呼一吸一呼出罪污，吸入神自己。这就是宣信（A.B.Simpson）的诗歌所说：「我是呼出我的愁苦，呼出我罪污；我是吸入，一直吸入，你所有丰富。」（诗歌二一〇首副歌）。借着一直认罪，我们就不断呼出我们的脏污，直到里面的污秽全出去。有呼必定有吸。我们呼出罪，也就吸入神自己。感谢赞美主，我们虽然还有污秽，但祂是羔羊神，是赎罪的神，带着血而来。我一呼，罪就出去，我一吸，神就进来，一点不费工夫。只要我呼出一点罪，就立刻吸入一点神；我认一点罪，祂就来充满一点。呼到无罪可再呼时，里面自然充满了神。这就是在里面，被三一神终极完成的赐生命之灵所充满。（作主合用的器皿，一二〇至一二一页。）

灵感与享受：

第八周·第六天

祷读经文

帖前五 19

罗十二 11

不要销灭那灵。

殷勤不可懒惰，要灵里火热，常常服事主。

晨兴喂养

重生得救是一次永远的，悔改、认罪却是一生天天都得作的。好比洗手，不是生下来洗过一次就永远干净，无须再洗，乃要每天多次的洗。好比呼吸，不是因为作过一次深呼吸，就可以不必再呼吸；乃要不住的呼吸，才能保住性命。呼吸就是我们的祷告，洗手就是我们的认罪；我们要天天被圣灵充满，就必须天天祷告、认罪。

维持被圣灵充满的秘诀

1 不销灭那灵

被圣灵充满后，我们还得作几件事，以维持圣灵的充满。首先，我们不可销灭那灵（帖前五 19。）那灵使我们的灵火热（罗十二 11，）并使我们的恩赐如火挑旺，（提后一 6，）所以我们不该销灭祂。

2 不叫圣灵忧愁

第二，我们不可叫圣灵忧愁。（弗四 30。）叫圣灵忧愁，就是使祂不喜悦，在日常行事中不照着祂而行。（罗八 4。）我们如何能知道圣灵忧愁？这可从我们的生活得到验证。你基督徒的生活不喜乐，就是圣灵在你里面忧愁的记号。因为圣灵在你里面忧愁，所以你不喜乐；如果你喜乐了，就指明圣灵在你里面也喜乐。有的姊妹见证，她们祷告到一个地步，觉得全人舒爽、轻快，真是喜乐；这就证明圣灵在她们里面是喜乐的。所以不要叫圣灵忧愁，就是不要叫你们自己忧愁。

3 顺从圣灵

第三，在积极方面，你们要顺从圣灵。彼得在行传五章说：「神赐给顺从之人的圣灵。」（32。）指明这位圣灵乃是叫人顺从的。顺从

乃是我们享受圣灵的道路和条件。罗马八章四节也说，我们要「不照着肉体，只照着灵而行」。这就是被充满的路，也是维持自己活在圣灵之充满里的条件。我们不仅要研读这些经节，更要在日常生活中实际的实行。（作主合用的器皿，一六四至一六五页。）

灵感与享受：

问 答

- 一 圣灵在圣经中有哪些不同的名称？有什么特别的意义？
- 二 什么是「那灵」？为什么在约七章三十九节，约翰说：「那灵还没有」？
- 三 如何被圣灵充满？我们当如何作？

问题

见证

生活操练实行表

召会_____区_____姓名_____弟兄/姊妹
自主后_____年___月___日至___月___日

	1.早起	2.呼求 主名	3.祷读 主话	4.奉献 爱主	5.读经	6.祷告	7.早睡
主日	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
周一	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
周二	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
周三	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
周四	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
周五	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
周六	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(以上每格两分，以下三格每格四分。)

8.主日聚会

9.作见证/传福音

10.申言

有作到者请打勾✓，并计算本周总分：()

(2009Fall)